

「脱・ぎこちない身体 / わざとらしい台詞」

講師/古城十忍

インストラクター/奥村洋治・関谷美香子

アシスタント・記録/日暮一成・増田和・原田佳世子・小山広寿

日時/2016年10月30日(日) 13時30分～20時30分

会場/笹塚メソッド

参加者/12名(男性4名・女性8名)

アシスタント・記録・レポート/山下夕佳

寒い！寒いです！本日は12月並みの気温で、しかも曇り空……。今年はなんか、残暑が長かったわりには秋がすごく短くて、慌てて冬服引っ張り出したりなんかして、これからどんどん寒くなる一方かと思うと気が滅入るわ～～。

グチグチ言っているけど仕方がないからやるか……。しかし、急激に寒くなってしまったせいか、本日のワークショップの参加者の皆さんの中にも直前になって体調を崩してしまった方がたくさんいらっしゃるって、ちょっとだけさみしい(/ω＼)

その分、中身のぎっしり詰まった一日にしましょうね！！ よし、やろうか！

ウォーミングアップ

★自分のイメージどおりに体は動きますか？★

両足を肩幅ほどに開いて、鏡に向かって姿勢よく直立。合図があったら、瞬時に両手を真上に挙げる。手のひらは正面に向けて、指は大きく開く。爪の先までまっすぐに。

左右対称になっていますか？両手の高さは？肩の位置は？つられて首や頭が動いていませんか？鏡の自分をしっかりチェック。



↑両手を床と平行に。
肩のラインをまっすぐに。



右手を前に、左手を後ろに。手のひらは下。

足(つま先とかかと)は動かさない。腰と胸は自然に向く方向に任せてよいが、反りすぎたり、腰が引けたりはしないように。あくまでも体のラインはまっすぐに美しく。お腹を締めて。

右手の中指の先→右肩→首→左肩→左手の中指の先までが、同一ライン上になるように。

合図で手をおろして、逆も一瞬でキメる。

手の前後の次は、上下です。

足もつけて、ちょっと昔のジャズダンスみたいな感じのポーズをとってみましょう。

挙げた手の方の足の膝を曲げます。

膝小僧は前で、つま先も前です。

伸ばしている足の膝小僧とつま先も、前です。

手を叩いたら、右足があったところに左足を置いて、手の上下も入れ替えます。

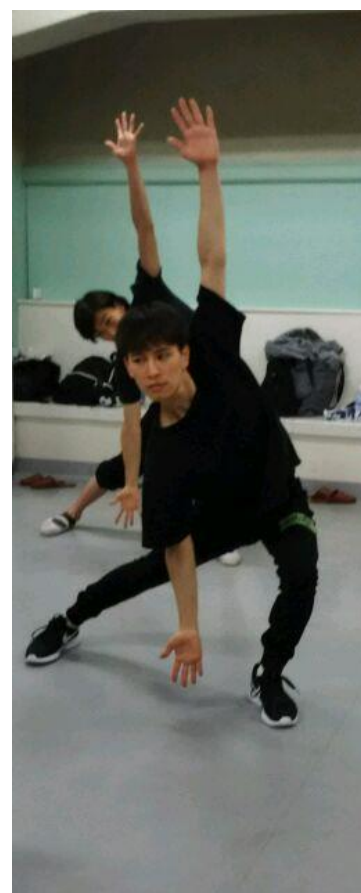
そうですそうです。パチパチ！

左右で、やりやすい方とやりにくい方があるよね。

手のひらが傾くとか。膝が外を向いてしまうとか。つま先正面だと足首が痛くて耐えられないとか。(笑)

ポーズの正しいポジションが理解できたら、一瞬でその位置にいける

かやってみよう。速くなればなるほど、体の癖が大解放になってくるよね。





★呼吸をつけて、体の各部位を動かす★

中心軸をキープして立ったまま、足を左右に開く。股関節が開く人は膝を高く上げてもらって結構だが、それによって軸が左右に動いてしまうくらいなら、奥村大先生のように、上がってんだか上がってないんだかわからないくらいの高さでもよい。膝から下は床と垂直。

足を上げたときに息を吐く。2×2のカウントで、足を上げて下げる。息を吐いて、吸う。右足を何回かやったら左足も。そのあとは左右交互に。交互になっても中心軸はまっすぐキープ。

次は前後。

まずは前。左足で立って、息を吐きながら右足を2カウントで前へ上げて(足の付け根から、膝が曲がらないで上がるのところまで)、2カウントで息を吸いながら直立姿勢に戻す。左右交互に繰り返す。

後ろも同様だが、後ろの場合は、1回目は上半身を固定したままだが、2回目は上半身を前に倒して、より後ろに足が上がるようにする。2×2のカウントと呼吸は同じ。右足2回(上半身固定と前傾)やったら左足にチェンジ。左右交互に繰り返す。



大事なポイントは、腰が沈まないこと。
腰の位置は高いまま、足を左右・前後に動かす。



★軸を引き上げる★

「あぐらバージョン」 いつものやつね。二人組で、一人があぐらをかいて(下の人)、もう一人(上の人)の首に両手をかけて、上の人が下の人の軸を真上に引き上げる。下の方はぶら下がり健康器で体を伸ばすように(たとえば古くてわからない?）、自分の重力を使ってぶら下がるだけ。上の方は腰をやられないように気を付けて！終わったら交代だからね♪

ナイショだけど、先に重くてツライ上の人をやって、自分は後から軸を伸ばしてもらうほうが気持ちいいよん。





←がんばれ、上の人！

「立って引き上げるバージョン」 これもいつものやつ。身長が同じくらいの人と組んで向かい合って立つ。上げる人は、上げられる人の耳の前に親指を、あとの四本が耳の後ろになるように顎のえらの部分を自分のたなごころで包み込んであげるようにして手のひらを添えて、ゆっくりと真上に引き上げる。微妙に揺らしながら上げてあげると、より軸が伸びやすい。



★歩行の呼吸★

これも毎回やっていることなので、詳しい説明はしませんが、ごく簡単に言うと、片足を前に蹴り上げたあと自分に引き付けて、ゆっくりおろす。この動作と呼吸を連動させます。



蹴って引き付ける(左の写真の姿勢がキメ)は1カウントで。このとき息を吸います。

吐きながら足をおろしますが、このカウントが、1×1、1×2、1×4…と増えます。カウントが増えるにしたがって足をおろす速度が遅くなり、吐く息も長くなります。

逆に1×1、2×1、4×1……と、前の数字が増えるときは、「蹴って引き付

けるは1カウント」は掟なので、あとのカウントはその姿勢のまま片足で固まっているということになります。姿勢をキープしたまま吸う息を長くしていく。1カウントで足をおろす。

★重心を上げ下げしながら歩く・ツーステップ★

高い重心と低い重心を4カウントずつ入れ替えながら歩き回る。

重心の上げ下げは感情をつけるとやりやすいです。高い重心の時は楽しい気分で。低い重心の時は悲しい気分で……などなど。ただ、感情を重視しすぎると姿勢も目線もグダグダになるので、あくまでも体をコントロールするという意味で、体の軸や目線にはいつも注意を払っていてちょ。



ツーステップでは、足を前に出す時に息を吐きます。手は、前に出す足の逆側の手を前に出します。腰の位置を高く、目線はまっすぐ。

★車座になってちょっと発声★

順番に滑舌発声をし、「アタックが弱い」「一音一音の歯切れが悪い」「腹式発声になっていない」など、個人個人の発声の仕方へのダメ出し＆アドバイス。



★片足緊張★

一瞬で片足ポーズを決めて、完全に静止したら「あ」～「お」を5回ずつ言う。二人一組になって競争。どっちが早く言い終わるか？

のどやお腹は柔軟にして声は出しやすくしておくが、そのほかの体の部位は緊張させる。キッチリ固めてグラグラしないように。

腹式を使って歯切れよく、一音を5回ずつ×5行＝25音を連続で発声。





★一音連続・指さし一音連続★

3人組で一音ずつ「あ・え・い・う・え・お・あ・お」を交替で言う。一人一音を順番に（一音連続）。右まわりでも左回りでもいいけど、一定のリズムを絶対に狂わさないように（一音“連続”だからね）！「私の順番だ」と思ってから息を吸って声を出したんじゃ遅いよん。体の内側でリズムを刻み続けることが大事。

次は、自分の次に言う人を指名する（指さし一音連続）。自分が「あ」と言うときに次の人をしっかり指さす。腕は伸ばして相手の胸を指す。指したらすぐおろす。一人一音しかないうえに、自分が言い終わったときには次の人はもう次の声を出してないといけない（一音“連続”だからね）ので、**素早さ・正確さ・リズムがとっても大事**。ほら！いつまでも指した手を挙げてると、次の人の手とぶつかるよ！

★腰つき呼吸★



あおむけに膝を立てて寝そべって、息を吸うときに腰を上げ、息を吐くときに声を出しながら腰をおろす。

腰は出来るだけ高くまで上げて、おなかと背中まわりにたっぷりと空気を入れる。吸った息全部を出しながら「あー」と発声。大きな呼吸と連動させるので、一音一音は伸びる。

★ジョギング 3 段階★ （解説は前回までのレポートを参照）

——休憩——

テキストを使って

休憩後は、台本を使ってお芝居します。

前もってお配りしていたテキストは、**来年 3 月**に、わがワンツーワークスの本公演として上演予定の、『怒りの旅団—アングリー・ブリゲード—』からの抜粋台本です。上演前の台本でっせ！本邦初演でっせ！特別大サービスだ♪なんたって本日は半日しかないのね！サービスついでにどんどん行こう。寒いしね！せっかくウォーミングアップしたんだから、体が冷えないうちにセリフを言いましょね(^_-)-☆



『怒りの旅団—アングリーブリゲード—』より抜粋

作/ジェームス・グラハム 訳/竹内良太郎+古城十忍

【A】 地下オフィス。「ミス・イギリス」の「モデル」がスミスと向かい合って座っている。ヘンダーソンとモリスも同席している。

モデルは少しボーっとしている。冠をかぶって、名前の入った襷をかけ、微かにメリケン粉の痕跡がある。鼻をすする。

モデル 私の何が気に入らないっていうの、え？私、悪いことなんて何もしてない。恨まれるようなことなんて誰にもしてない。

ヘンダーソン 相当ショックでしたよね。同情します。

モデル 冗談じゃないわよ、マジで。

ヘンダーソン 誰か挙動不審な人物を見ませんでしたか？前でも、最中でも、後でも。

モデル あのね、美人コンテストなのよ。男はみんな挙動不審になってるわよ。なんで私を狙わなきゃいけないの？私、いつでもみんなに好かれてたわ。学生の時からずっと。

スミス あなたにボックス席からメリケン粉を投げたフェミニストのことを話してるんじゃないありません。今話してるのは……

モデル そうよ何なのよ、あのメリケン粉。私はケーキじゃないのよ？私にふくらし粉なんて要らないのよ。ほらだって十分大きいでしょう、この胸。メリケン粉をぶっかけるなんて。馬鹿にすんじゃないわよ。誰のことも何とも思っていない、それがあいつらの問題なのよ。

ヘンダーソン アルバート・ホールの外で起こった爆発のことでお聞きしてるんです。

モデル 誰なの？アイルランド？ママがずっと用心するように言ってた。「次はロイヤル・アルバート・ホールよ、いつかそのうちアイルランド人がやるわよ」って。でも私、聞かなかった。

ヘンダーソン 爆発の起こった場所の近くにいたんですか？

モデル 舞台にいたのよ私は。ボブ・ホープが喋ってて——あの天下のボブ・ホープよ！——その時、外で爆発音が聞こえたのよ。

スミス 奴らは、BBCの放送中継車に発火装置を仕掛けたんです。

モデル どうせ、あのフェミニストと称するブラジャー反対のブスなレズビアン連中でしょ。こんなバカなことしないで口紅でもつけて少しは人生楽しめばいいのに。デブでブスの豚女ども。

照明が落ちる。

まずは、古城氏からの質問に答えていただく。

「〇〇さん、この【A】は、どういう場面だと思いましたか？」

「モデルに取り調べしてるみたい」

「何を調べられてると思いますか？」

「爆発があった時にどういう状況だったか」

「そうですね、美人コンテストの時にテレビの中継車に爆弾が仕掛けられていたから、その時出場していたモデルに状況を聞いているんですね。△△さん」

「はい」

「あなたがこのモデルをやるとしたら、どういうことに注意してやろうと思いますか？」

「モデルは、この事情聴取のときに、話が噛み合っているようで噛み合っていないから……」

「ん？だから噛み合っていないようにやろうと？」

「……。」

「◇◇さんは？どういうふうにやろうと思いますか？」

「えっと、このモデルは爆発が起こったことよりも、メリケン粉がかけられたことに怒っているの、その気持ちに忠実に……」

「ということは？感情を単純化して考えると、このモデルがこの場面で持っていなきゃいけない感情はどんな感情ですか？」

「怒り」

「なるほど。ではそれをお願いします」



すぐに配役をして、早速読んでいただきます。

椅子を並べて……スタート！！

……で、なんのダメ出しもなく、すぐ次のチームに交替。「来ないと思ってるかもしれないけど、このモデルは男にもやってもらいますよ」と古城氏。サド侯爵が顔を見せ始めたか？

とりあえず2チームやりまして、古城侯爵から一言。「お前ら読むのがやっとなん、話にならんわ。」

で、今のがスラスラ読めたとしても、これがオーディションだったら、私は誰も取りません。だってベースは怒りなんですよ？全然怒ってないじゃん。ねえ！？」

モデル役を振られたお二人は「…………。」

「怒ってなきゃ、ずーっと。大体スピードが遅すぎるよ！怒ってる感情がどう変化していくのかってことなんだから。そんなにゆっくり喋ってないでよ〜」……まだまだ序の口よ。みんな頑張れ〜〜。



【B】 地下オフィス。

髪や着衣が乱れ、顔が黒く汚れた「店長」が、スミスと向き合って座っている。ヘンダーソン、パーカーが同席している。

店長 すみません。

ヘンダーソン いいんですよ。とてもショックだったでしょう。

店長 ショ、ショ、ショックですよ、そりゃ、と、とてもショックです。

ヘンダーソン 何が起こったのかわかります？

店長 ば、ば、ばく、爆弾があったんです——

ヘンダーソン そうです。何か、お持ちしましょうか、何か欲しいもの——

店長 欲しい？欲しい？私が欲しいもの、わかりません、はははっ。叫びたい気分です、ほんと
は。ははっ。

ヘンダーソン お望みのままに——

店長叫ぶ、大声で長く。叫びやむ。

店長 すみません。

ヘンダーソン いいんですよ。

店長再び叫ぶ、今度は短く。

店長 クソーっ、失礼、クソ、クソッたれ。秋物の仕入れ品全部がなくなっちまったよ、ぜん、全部、
焼け焦げだ。

スミス あなたはお店の持ち主——？

店長 店長だよ——持ち主！？ちえっ、ははっ、持ち主だってさ、店の管理・運営ですよ。

スミス 管理・運営、ケンジントン・ハイ・ストリートにある「Biba」というショップの。「Biba」はファッ
ション・ブティックですね。

店長 こういう奴らはどこから現れてくるんだ？そう！「Biba」は「ファッション・ブティック」で
すよ！

スミス なぜお店が標的になったのか、何か心当たりはありますか？

店長 それはさ、あんたたちの仕事でしょうよ。見なよ、私を。奴らは誰なんだ、言ってくれ！教
えてくれ！奴らはいったい誰なんだ？

明かりが消える。

お二人ぐらいに「店長」の役をやっていただいて、ダメ出し。

「叫ぶときにね、“泣き”になっちゃってるんだけど、そうじゃなくて、ホントに大声で、単純に長く叫
んだ方がいい。怒りの爆発のほうがいいですよ。で、頑張って納める。けど納まらないからまた叫
ぶ。もう自制が効かない。納めようがない。納めきれずに「クソッたれ」以降のセリフを吐き出すとい
うふうにした方がいいですね」

「“モデル”も“店長”もこのシーンしか出てこないんですよ。なので、一発でその役がどんな人なの
かをお客さんにわからせなきゃいけないんですね。だから、俳優としては発信力がなきゃいかんです
よ。わからせる力。会話っていうのは聞くのが基本だから
受信が大事なんですけど、この役は受信しながらどれだけ
発信できますか？というのが求められる役なので、まずは強く発信することができなきゃ話にならんですよ」

だそうですよ！！さあ、ヒントがたくさん出てきたゾ！



2チームに分かれて同時にお稽古します。「店長」と「モデル」役を中心に、刑事も順番にドンドン回して、ジャンジャン読んでいこう！



★ダメ出し(みんなドSでガチダメ出し)★

☆一番最初が一番テンション高くて、会話しているうちにどんどん下がっていくから、どこかで、もう一回、最初を上回るテンションに自分で上げてあげないと、落ち着いて終わっちゃうよ。



☆聞いているときに気持ちが沈んできちゃってる。わざとらしくていいからいちいち大きく気持ちを変化させて。

☆ずーっと同じスピードで話してるんだけど。相手の速度と関係なく自分の話すスピードは一定になってる。聞いているときに気持ちが動いてないからそういうことができるの。いちいちセリフの前に間が空くのも、相手のセリフと関係なく、勝手に自分で気持ちを作って息を吸ってからセリフを言ってるから。それは会話じゃない。

☆もっともっと、大きく声を出して。声が出ないのは感情が弱いからだと思うよ。

☆相手の大声にまったく影響を受けていないから、今のところは全然つながってなかったよ。影響を受けないようにしようとするというのもありだけど、それはその役の人物が影響を受けないようにしようとしていることが影響を受けているので、それは見ていて不自然じゃないはずだけど、いまやってくれたのはそっちじゃない。聞いてないだけ。





☆身体を変えようとしてごらんよ。体を使ってリアクションをとってみて。声の出どころとかスピードが絶対変わるはずだから。



☆人が喋ってるときにどれだけ自分の気持ちを保てられるかっていうのはすごく大事だよ。お客さんはやっぱりこの役を中心に见ているから、相手が喋ってる間に休憩なんかしてたらすぐお客さんの気持ちは離れていっちゃうよ。

☆さっきの問いかけのセリフだけど、ただ書いてあることを言っているだけにしか聞こえなかったんだけど、質問？確認？それとも独り言だったの？で、聞かれているほうにしてもそのことにまったく無関係にこれまた書いてあって順番だから言ってるんだけど。さっぱり訳がわからない。

さてさて……セリフになると、個人のクセもはっきりと出てきました。

語尾が消えてしまう人。セリフの前に必ず間が空く人。セリフの言い始めのアタックが強すぎる人。美しすぎる声と抑揚とセリフ回しのために、完全に会話から外れてしまっている人……などなど。

キツイ言い方ですが、まだまだ会話以前の段階だという感じがちょっとしますナ……(>_<)

———休憩———



【C】

ジョン これが奴らだ。ロンドン警視庁特別捜査チーム。

アンナ 若いわね。

ヒラリー 1万ポンド？

ジョン こっちの方はお馴染みの、ディック・バートン、ドック・グリーン、つまりお偉方——

ジム 「さあ、署に来てもらおう」、ふざけんな——

ジョン しかしこの連中はちょっと違う、B チームと云えばいいかな。

ヒラリー 1万ポンドあったら、何に使う？

ジョン 1万ポンドで何ができると思う、何もできやしない。1万ポンドは自由や正義、平等よりも価値があると思うかい？
アンナ みんな私たちを探すわね。
ジョン 僕らは安全だよ。
ヒラリー 私たちの方が頭が切れるわ、この連中より——
ジョン 無論、僕らの方が頭がいい。
ヒラリー 奴らに私たちは捕まえられるい。
ジョン そう、奴らに僕らは捕まえられるい。

——中略——

ジム・ジョン・ヒラリー・アンナ ロイヤル・アルバート・ホール。
ジョン 「ミス・ユナイテッド・ステーツ・オブ・アメリカ！素晴らしい。ウアワォ。こっちを向いて、ミス、そうそう、審査員も笑顔です……こちらはミス・エジプト！わお、エキゾチック！そして我らが地元、ミュー・ユナイテッド・キングダム！」
ジム・ジョン・ヒラリー・アンナ バン！

ヒラリー・アンナ Biba、ケンジントン・ハイストリート。
ヒラリー 「回復する力」、これこそが資本主義が持っている力のすべて。それだけ。普通の人の手の届かない値段で物が売られていて、もう我慢できないと、不公平さに怒り、ある日暴動を起こしたいと思っても、まず取り敢えずは食べていかないとはいけない。だからもう少し働かなきゃ、となって、時はあっという間に流れてしまう。給料がほんの少し上がったり、デフレで物の値段が下がったりして、コートとかハンドバッグとか、ちょっといい車とか、何か物を買うことができるとすると突然思うのよ、「なんだ、世の中そんなに悪くないんじゃないの」ってね。それに……「Biba」のブラウスは太って見えて、私には似合わなかったし——
ジム・ジョン・ヒラリー・アンナ バン！

ジョン・ジム ポスト・オフィス・タワー。
ジム なんか、ちんこみてえ。
ジョン ちんこなんだよ。
ジム ロンドンの真ん中にそそり立つ、でっかいちんこ。
ジョン 俺たちのちんこを見る、とロンドンと言うんだ、すげえデカくて、すげえ長えだろう、ってね。
「さあ、我々の街と塔を作ろう。塔の先が天に届くほどの。あらゆる地に散って、消え去ることのないように、我々のために名をあげよう」
ヒラリー 塔は高くすればするほど、激しく崩れ落ちる。
ジム・ジョン・ヒラリー・アンナ バン！

メンバーをシャッフルして4人組を作り、最後のブロックをお稽古します。

上記の【C】のブロック、「——中略——」とした箇所以降は、彼ら4人がこれまでに爆破した場所と時間に急に彼らの気持ちが飛んで(時間が戻るわけではない。仲間割れしそうになるので、爆破時のことを持ち出してお茶を濁す)、その時の再現で4人が盛り上がるという場面。



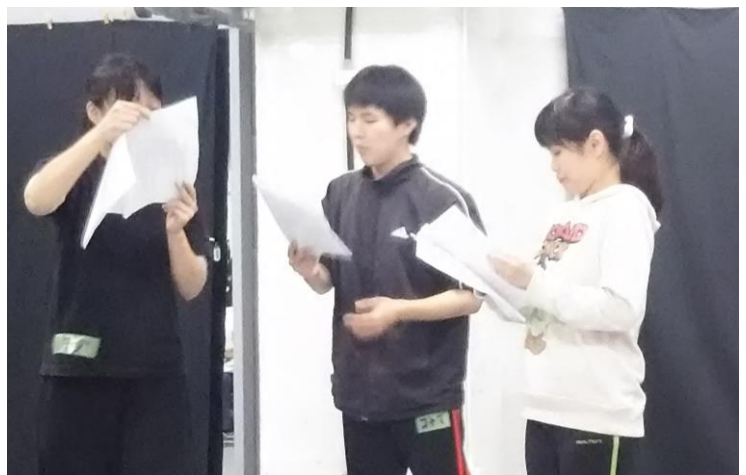
まずはこのシーンを、「非常にスピーディーに読めるようにしてくれろ」という支持のもと、お稽古開始。

私が配属されたのは私を入れて女子2名と男子2名のチーム。よしやるぞ！って、……遅い！遅いよ！遅いなんてもんじゃない！口に蠅が止まる！男子2人よ……声が小さいiiiiiii！そんなところで息切れすんなああああ！あのねえ……早く会話するってことは、体内のリズムを早くしないと無理なんですわ。心頭滅却して般若心境を唱え続けるんだとしても、テンションはもっと高いわ！そうか？

先ほどの【A】や【B】のときのダメ出しにもあったけど、スタートの感情を大きく高く持っていないと、スピードなんて絶対出ないからね！ほら、やるよ！と思ったら終わったじゃん！ど～すんだこりゃ？

次の指示。「攻撃対象3カ所と、“バン！”は、演出も入れてください。それぞれのチームで考えてポーズを決めること。戦隊ものみたいにしようとか、塔を作ろうとか、面白い演出をして練習してください」

むむむ？？なんですと？？ホールとブティックと塔のポーズを4人でやれってか？戦隊もの？まさか“バン！”で飛ぶのか？ヒィィィ〜！恐ろしい、寒い、寒いよ。何かいいアイディアはないものか？つかそんなことより、読みがヤバいんだって！ポーズ考えてる場合じゃないよ。ど～すんだ？あ～こりゃこりゃ。

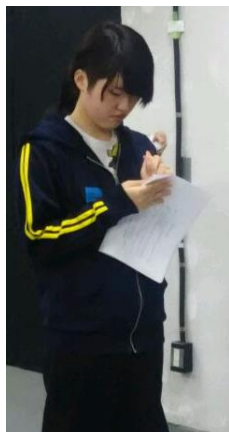


「はい、もう大丈夫ですね。発表してもらいます」。古城サド侯爵はニコニコ笑顔でおっしゃいました。「まずはテンポよく読めるかどうか。きちんとお互いを受け合って緩急・強弱が付けられているかどうか。その上で後半は、ガラリと雰囲気を変えて4人の空気感を一致させて面白いシーンにできてるかどうか。ね？さ、やってもらいましょ」すごい注文だな。増えてないか？まだニコニコしてるぜ……恐ろしい侯爵だ。

結局、ポーズに関しては、どこのチームも似たり寄ったりの発想に終始していました(“バン!”は、やっぱり飛んでしまったよ。悲しい)。



一回やって、ダメ出し受けて、再チャレンジして……を繰り返しました。



注意すべき点として皆さんが集中して聞き耳を立てていたのは、「爆破する建物の名前を4人で言うときには、何かしらの悪意を持ってくれ」ということと、「“バン!”の前の、演説なり会話なりも、4人の価値観、軽蔑・憎悪・資本主義に対する感情など、何かしらを込めて」ということでした。

演技中に、フラフラと足元も首も定まらない女子がいましたが、彼女には、「演じている体になっていない。体がゆらゆら、首がフラフラなんてアウト!どこ行っても通用しない」と、これはかなりキツツイが、至極もったもなお言葉。自分の体ってなかなか客観的にはわからないからね……。

大丈夫です。そのうちわかります。ゆっくりゆっくり。

「体と声が一致してない場合に、わざとらしい・ぎこちない・〇〇っぽいなどの芝居に見えることが多いんですよ。身体は相手の大きな声に反応してリアクション取れてるのに、張り切ってセリフを言っちゃってるもんだから、体と声がバラバラになってる。体が怯えているのにセリフは綺麗に言えるっておかしいでしょ。体に合った声を素直に出せばいいんです。それを、どう言おうなんて余計なこと考えてるからバラバラになるし自分もそれに気づかない。

相手のセリフをきちんと聞いて相手のことをしっかり見ていれば、自分の中だけでやることなんて一つもありませんよ。セリフの出し方は相手によって決まるんです」



これが、本日のワークショップのテーマでしたね。「ぎこちない身体・わざとらしい台詞」からの脱出のヒントが上記のダメ出しにぎゅぎゅぎゅっと凝縮されております。

半日ではありましたが、いかがでしたでしょうか?何かしらを持って帰っていただければ嬉しいです。何回か通っていただくと、どんどんわかってきます。いつでもお待ちしております。

ではではみなさま、また今度～～(*^▽^*)お疲れ様でした!!

